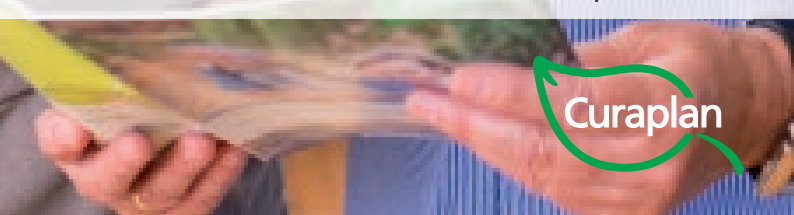




Begleit- und Folgeerkrankungen

Rechtzeitig vorsorgen – Augen gesund erhalten

Informationen für Teilnehmer an AOK-Curaplan Diabetes



Curaplan

Im Interesse Ihrer Gesundheit

Das Auge ist das wichtigste menschliche Sinnesorgan. Mit seiner Hilfe nehmen wir den größten Teil unserer Sinneseindrücke auf. Darum ist der Verlust des Augenlichts oder seine Beeinträchtigung eine schwerwiegende



Der Augencheck gibt Ihnen Sicherheit.

Behinderung. Sie verändert das ganze Leben. Das strukturierte Behandlungsprogramm AOK-Curaplan Diabetes sieht die regelmäßige Untersuchung Ihrer Augen vor, damit der Diabetes Ihnen nichts anhaben kann. Machen Sie von diesem Angebot Gebrauch. Versäumen Sie keine der empfohlenen Untersuchungen – im Interesse Ihrer Gesundheit.

Gefahren für das Auge

Der Zucker, genauer: ein über längere Zeit erhöhter Blutzuckerwert, greift unter anderem die kleinen Blutgefäße im Körper an. Im menschlichen Auge sind die feinen Adern betroffen, die die Netzhaut durchziehen und mit Blut versorgen. Auf der Netzhaut befinden sich die Sinneszellen, die das Sehen erst ermöglichen.

- Die Schäden, die der Zucker in diesen Äderchen anrichtet, führen zu krankhaften Veränderungen der Netzhaut. Nach deren lateinischem Namen Retina wird diese Erkrankung **Retinopathie** genannt. Oft bemerken Betroffene anfangs keinerlei Veränderungen. Schreitet die Krankheit fort, kann sie das Sehvermögen aber stark beeinträchtigen.
- Noch schwerwiegender sind die Folgen, wenn der zentrale Teil der Netzhaut geschädigt wird. Das ist der



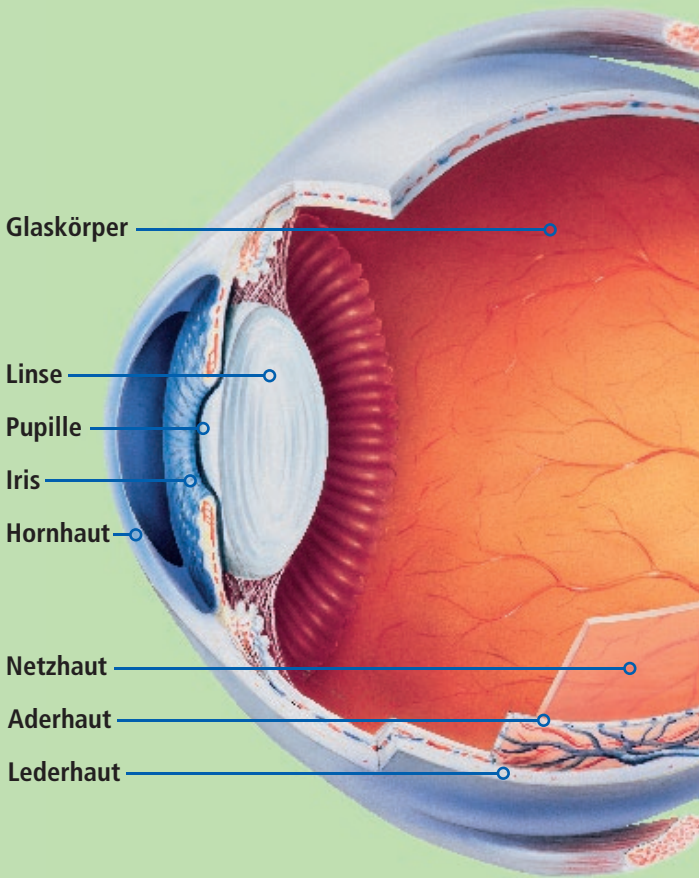
Bereich, mit dem wir am schärfsten sehen. Er wird Makula genannt. Die Erkrankung heißt **Makulopathie**. Sie kann im schlimmsten Fall zur Erblindung führen.

- Neben der Netzhaut kann auch die Linse des Auges Schaden nehmen. Sie enthält viel Eiweiß. Wenn das verklumpt, bildet sich ein grauer Film auf dem Auge. Diese Augenerkrankung – **grauer Star** (oder Katarakt) genannt – tritt bei älteren Menschen häufiger auf, der Diabetes aber erhöht die Gefahr noch.

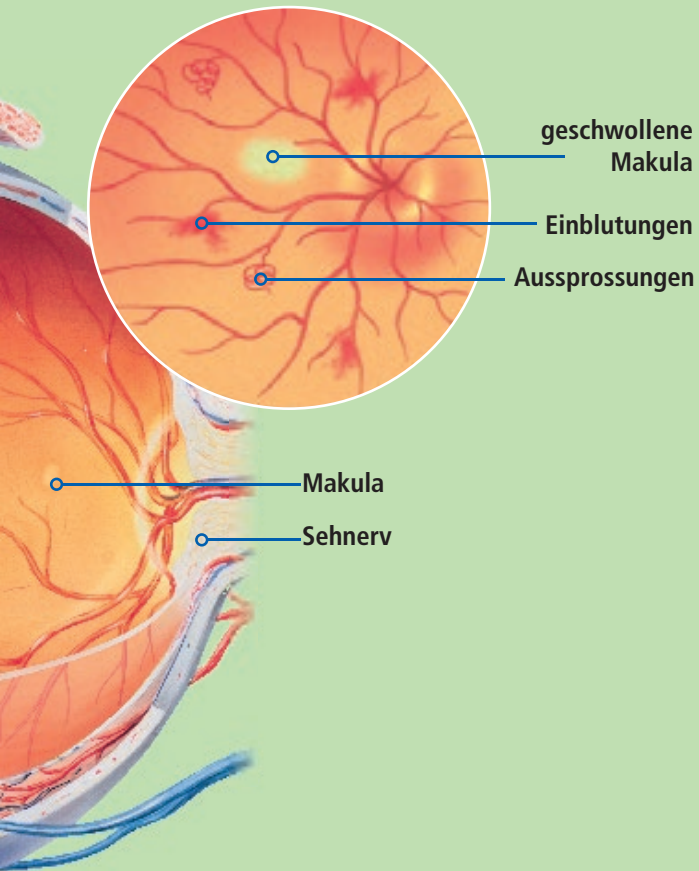
Bei rund einem Drittel der Diabetiker führt der Diabetes zu einer Retinopathie. Fast 2.000 Menschen erblinden in Deutschland jedes Jahr aufgrund ihres Diabetes. Viele von ihnen könnten noch sehen, wenn die Erkrankung rechtzeitig erkannt und behandelt worden wäre.

Wenn zum Diabetes noch Bluthochdruck hinzukommt, steigt das Risiko für eine Augenerkrankung. Denn die Hypertonie schädigt ebenfalls die kleinen Blutgefäße. Diabetiker mit Bluthochdruck müssen deshalb besonders vorsichtig sein.

Wie der Zucker das Auge angreift



- Der Zucker greift die kleinen Adern in der Aderhaut an. Blut tritt in die Netzhaut aus (**Einblutungen**).
- Um den Ausfall von kleinen Adern auszugleichen, bildet die Netzhaut neue Gefäße (**Aussprossungen**). Weil die zu schwach sind, tritt auch aus ihnen Blut aus.
- Das Blut kann auch in den **Glaskörper** eindringen.



- Die **Makula** schwillt an, wenn hier viele Äderchen beschädigt sind. Die Sehzellen funktionieren nicht mehr. Betroffene sehen verschwommen oder haben einen schwarzen Fleck vor dem Auge.
- Ursache für schlechtes Sehen kann auch eine Trübung der **Linse** sein.



**Sie verrät dem Arzt, was er wissen muss:
die Untersuchung des Augenhintergrunds.**

Je früher, desto besser

Anders als die Patienten, die zunächst keine Verschlechterung ihrer Sehfähigkeit feststellen, kann der Augenarzt eine Retinopathie schon in einem sehr frühen Stadium feststellen. Meist erweitert der Augenarzt dazu die Pupille, indem er spezielle Tropfen in die Augen träufelt. Nach 20 Minuten betrachtet er dann den Augenhintergrund mithilfe eines Augenspiegels.

Sind die Blutgefäße in der Retina verändert? Ist die Netzhaut im Bereich der Makula in Ordnung? Sind auch keine Blutgefäße in den Glaskörper eingewachsen? Auf all diese Fragen kann der Arzt nach der Untersuchung Antwort geben.

Eine Erkrankung der Augen kann in vielen Fällen geheilt werden. Die Chance ist umso größer, je früher Veränderungen der Retina erkannt werden. Der Augenarzt „verschweißt“ die beschädigten Äderchen dann mit einem ganz feinen Laserstrahl. Dieses Laserkoagulation genannte Verfahren kann das Fortschreiten der Retinopa-

thie stoppen und sogar zu einer Besserung der Sehkraft führen.

Bei schweren diabetischen Augenerkrankungen ist dagegen oft eine Operation an der Netzhaut oder am Glaskörper notwendig, um das Augenlicht zu retten.

Regelmäßige Untersuchungen

Weil die Früherkennung von Augenschäden so wichtig ist, sieht das strukturierte Behandlungsprogramm AOK-Curaplan vor, dass Diabetiker regelmäßig zum Augenarzt gehen. Ihr behandelnder Arzt stellt Ihnen die dafür nötige Überweisung aus. Erinnern Sie ihn ggf. daran, wenn das Jahresende näherrückt und Sie noch keinen Termin beim Augenarzt wahrgenommen haben.

Die Kosten für alle in diesem Zusammenhang medizinisch notwendigen Untersuchungen trägt die AOK.

Nehmen Sie diese Untersuchungen unbedingt regelmäßig wahr. Sorgen Sie außerdem zusammen mit Ihrem Arzt dafür, dass Ihr Blutzucker nicht zu hoch ist. Dann – aber auch nur dann – tun Sie viel dafür, Ihren wichtigsten Sinn, das Augenlicht, zu erhalten.

Überweisungen zum Augenarzt		
	Diabetes Typ 1	Diabetes Typ 2
nach Diagnose des Diabetes	ab dem 11. Lebensjahr, spätestens ab dem 5. Jahr nach Diagnosestellung	sofort
ohne diabetesbedingte Veränderungen am Auge	ein- oder zweijährlich (risikoabhängig)	ein- oder zweijährlich (risikoabhängig)
mit diabetesbedingten Veränderungen am Auge	mehrmals jährlich nach Bedarf	mehrmals jährlich nach Bedarf

Rat und Hilfe

Informationen zu allen Fragen rund um den Diabetes und Kontakte zu anderen Betroffenen finden Sie hier:

Deutscher Diabetiker Bund e.V. (DDB)

Bundesgeschäftsstelle

Käthe-Niederkirchner-Straße 16

10407 Berlin

Tel.: 030 420824-980

Fax: 030 420824-9820

E-Mail: info@diabetikerbund.de

www.diabetikerbund.de

diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe

Albrechtstraße 9

10117 Berlin

Tel.: 030 201677-0

Fax: 030 201677-20

E-Mail: info@diabetesde.org

www.diabetesde.org

**Initiativgruppe „Früherkennung
diabetischer Augenerkrankungen“ (IFDA):**
www.die-ifda.de

Ihre Teilnahme an AOK-Curaplan für Diabetes mellitus.

Eine gute Entscheidung.

Weitere Informationen über AOK-Curaplan erhalten Sie in Ihrem AOK-KundenCenter.



Oder besuchen Sie die AOK im Internet:

www.aok.de/kp/bw/curaplanaktiv

Hier finden Sie spannende Interviews, nützliche Informationen und Tipps zum Umgang mit Ihrer Erkrankung und können sich direkt zu speziellen Gesundheitskursen anmelden.